

PODIUM

Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

Volumen 20
Número 2

2025

Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca"



Artículo original

Metodología para el desarrollo de la rapidez especial de los voleibolistas, en la defensa del campo

*Methodology for the development of special quickness in volleyball players, in the field
defense*

*Metodologia para desenvolvimento de velocidade especial na defesa de campo em jogadores
de voleibol.*

Carmen Milagros Salfrán Vergara^{1*} , Ídolo Gilberto Herrera Delgado^{2*} , Martha Silvia Mancebo
Calzado^{1*} 

^{1*}Universidad de Oriente, Cuba

^{2*}Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca", Cuba

Autor para la correspondencia: juditmil31@gmail.com

Recibido: 26/02/2024

Aprobado: 20/02/2025



RESUMEN

El proceso de preparación física especial constituye uno de los eslabones fundamentales para alcanzar buenos resultados en la etapa competitiva; sin embargo, se presentaron insuficiencias por parte de los entrenadores, consistentes en desarrollar en los voleibolistas escolares la rapidez especial y la defensa del campo como aspectos independientes, lo que suscitó la necesidad de desarrollar esta investigación, que tuvo como objetivo elaborar una metodología para el desarrollo de la rapidez especial, durante la etapa de preparación para la mejora de los resultados de los voleibolistas escolares en la defensa del campo y se precisó como campo de acción el desarrollo de la rapidez especial en la defensa del campo. La metodología se estructuró, a partir de un aparato teórico-conceptual y un aparato instrumental, su significación práctica radicó en proponer a los entrenadores una herramienta de trabajo durante el entrenamiento de los voleibolistas escolares, para obtener mejores resultados deportivos. Se utilizaron métodos investigativos como el sistémico-estructural-funcional, el análisis de documentos, la observación, la encuesta y el criterio de experto que permitieron la recopilación de información. Como resultados, se logró la caracterización teórico-metodológica de la preparación física, con énfasis en la rapidez especial en la defensa del campo. La metodología permitió el desarrollo integral de la rapidez especial para defender el campo como nueva cualidad, en tanto las acciones no se realizaron de forma independiente sino en la colaboración en equipo, ajustadas a las características del voleibol actual.

Palabras clave: preparación física especial, rapidez especial, voleibol

ABSTRACT

The special physical preparation process constitutes one of the fundamental links for achieving good results in the competitive stage; however, coaches presented shortcomings in developing special quickness and field defense as independent aspects in school volleyball players. This gave rise to the need to develop this research. The objective was to develop a methodology for the development of special quickness during the preparation



stage to improve the results of school volleyball players in field defense and it was stated as the action field the development of the special quickness in the field defense. The methodology was structured based on a theoretical-conceptual framework and an instrumental framework; its practical significance lay in offering coaches a working tool during the training of school volleyball players, to obtain better athletic results. Research methods such as systemic-structural-functional, document analysis, observation, surveys, and expert judgment allowed for the collection of information. The results achieved a theoretical and methodological characterization of physical preparation, with an emphasis on special quickness in field defense. The methodology allowed for the comprehensive development of special quickness in field defense as a new quality, since the actions were not performed independently but in team collaboration, tailored to the characteristics of modern volleyball.

Keywords: special physical preparation, special quickness, volleyball

RESUMO

O processo de preparação física especial constitui um dos elos fundamentais para o alcance de bons resultados na fase competitiva, porém, houve inadequações por parte dos treinadores que consistem em desenvolver velocidade especial e defesa de campo como aspectos independentes em jogadores de voleibol escolar. à necessidade de desenvolver esta pesquisa, que teve como objetivo desenvolver uma metodologia para o desenvolvimento da velocidade especial, durante a etapa de preparação especial que afeta a melhoria dos resultados na defesa do campo de jogadores escolares de voleibol. A metodologia está estruturada a partir de um aparato teórico-conceitual e um aparato instrumental, seu significado prático reside em propor aos treinadores uma ferramenta de trabalho que os oriente durante a formação esportiva de jogadores de voleibol escolar, de acordo com as características do voleibol contemporâneo. melhores resultados desportivos, o que constitui uma experiência nova e essencial. A partir da utilização de métodos de observação, indutivo-dedutivo, analítico-sintético, sistêmico-estrutural-funcional e análise de documentos que permitiram a coleta de informações, conseguiu-se a caracterização teórico-



metodológica da preparação física especial com ênfase na rapidez especial em a defesa do campo. A metodlogia permite o desenvolvimiento integral de velocidade especial para defender o campo como uma nova qualidade, uma vez que as ações não podem ser realizadas de forma independente e requerem colaboração, ajusta-se às características do voleibol atual.

Palavras-chave: preparação física especial, velocidade especial, voleibol.

INTRODUCCIÓN

El voleibol es un deporte de colaboración compuesto por seis elementos técnicos, entre ellos se encuentra la defensa del campo; como todo juego deportivo, se compone de diferentes etapas de preparación necesarias para el buen funcionamiento del equipo y posibilitar que los voleibolistas mantengan un desempeño adecuado y con el mismo nivel, durante toda la competición.

Con respecto a la organización del juego, el voleibol es un deporte de constantes cambios y modificaciones, realizadas en un tiempo relativamente corto, que resultan emotivas; por ejemplo, los cambios de reglas en el saque, la defensa del campo, el recibo de los jugadores, en el segundo pase con dos manos por arriba, y la duración de los partidos en aras de ofrecer un buen espectáculo que satisfaga las exigencias del público presente, lo que no está ajeno al proceso de preparación del voleibolista escolar (Rodríguez, 2015).

El jugador de voleibol escolar debe estar preparado para realizar una gran cantidad de acciones por juego, desplazamientos rápidos, recorrer distancia en repetidas intervenciones, con violentos cambios de dirección y bruscas detenciones (Herrera et al. 2020). Por ello, es necesario dotarlo de las capacidades físicas generales que sirvan de base a las capacidades físicas especiales, para forma una unidad y obtener buenos resultados deportivos. Una de las capacidades fundamentales para el voleibolista es la rapidez especial, en los desplazamientos y en la ejecución de cualquiera de los elementos técnicos incluidos en el



juego como la defensa del campo, considerado un aspecto importante para obtener buenos resultados.

Como resultado de la sistematización de los contenidos abordados, se consultaron autores como Salfrán y Figueredo (2020); Cardero et al. (2019); Salfrán y Herrera (2020). Además, se realizó la revisión bibliográfica y observaciones a los entrenamientos y competencias de voleibol escolar en la categoría 13-15 años, del sexo masculino de la Escuela Iniciación Deportiva (EIDE) de la provincia Santiago de Cuba, y se identificaron limitaciones en la rapidez especial en la defensa del campo, por la incorrecta utilización de la técnica básica en sus tres momentos (antes, durante y después).

Así mismo, poca rapidez en los desplazamientos al defender el balón, el uso indiscriminado del Test N° 1 japonés en el desarrollo de la rapidez especial y poco aprovechamiento de las potencialidades del proceso de preparación física en el voleibol, al desarrollar de forma independiente la capacidad física rapidez especial y la habilidad motriz deportiva defender el campo (Luong y Cortegaza 2010b; García y García, 2023; Castañeda y García, 2020).

Bajo esta premisa, la preparación especial para la defensa del campo requiere el empleo de herramientas metodológicas que contribuyan a que los voleibolistas logren rapidez en los desplazamientos y en la realización de los elementos técnicos incluidos en el juego, como es la defensa del campo.

Es necesario trabajar la rapidez como capacidad física general en el voleibol escolar, para el desarrollo de la rapidez especial como capacidad fundamental pues está presente en la rapidez de acciones complejas, en la traslación, en la rapidez de un segmento del cuerpo y en la mayoría de las acciones del juego; de manera que responde a las situaciones cambiantes en un partido de este voleibol contemporáneo (Salfrán y Figueredo, 2014).

Como señala Zapata et al. (2021), es esencial desarrollar parámetros que permitan al voleibolista escolar prolongar esfuerzos que se correspondan con los requerimientos de su edad en intensidad y duración de la mejor manera posible, por lo que es necesario dotarlos de las capacidades físicas básicas generales para que les sirvan de soporte a las capacidades



especiales. Dichos esfuerzos deben favorecerlos al más alto nivel en el momento de exigir al organismo la intensidad relativa durante un lapso de tiempo corto, ya que muchas actividades físicas y competitivas exigen poseer determinado grado de fuerza, acompañada de la rapidez de ejecución del movimiento.

A la rapidez, la distinguen un conjunto de factores exógenos y endógenos que condicionan su desarrollo como capacidad condicional, el primero se refiere a los agentes externos, que al igual que las demás capacidades constituyen aspectos fundamentales para su integración; los factores endógenos constituyen aspectos netamente propios del organismo del voleibolista escolar, como lo son el tipo de fibras musculares, las reservas energéticas de ATP, la fosfocreatina, los niveles de fuerza máxima, la movilidad corporal, la rapidez de reacción, de acción motora y de traslación, entre otros.

Lo ante expuesto permite hacer un estudio a voleibolista escolares masculinos, de Santiago de Cuba que presentaron insuficiencias en la rapidez especial en la defensa del campo, acorde con las exigencias actuales del voleibol, por lo que su análisis desde una óptica integradora del desarrollo de la capacidad rapidez especial en función de la habilidad defender el campo, se considera una necesidad.

Es por ello, que se presentó como objetivo elaborar una metodología para el desarrollo de la rapidez especial, durante la etapa de preparación, para la mejora de los resultados de los voleibolistas escolares, en la defensa del campo.

MATERIALES Y MÉTODOS

La población y muestra objeto de la investigación estuvo constituida por 10 entrenadores de voleibol masculino de la categoría escolar, de ellos ocho pertenecen a la Eide y dos a diferentes combinados deportivos del municipio Santiago de Cuba; todos, con buenos resultados competitivos. Además, 12 voleibolistas de la categoría escolar de 13-15 años, con experiencia deportiva de dos a cuatro años, que transitaron por la categoría pioneril y la liga estudiantil, en la EIDE "Capitán Orestes Acosta", de la provincia Santiago de Cuba.



Se escogieron estos entrenadores como muestra, de forma intencional, porque trabajaron con la categoría considerada la antesala del alto rendimiento y la que presentó mayor deficiencia en la rapidez especial en la defensa del campo, que constituyó la base para garantizar la calidad de este último, junto al interés de los entrenadores por mejorar la calidad de los resultados para asimilar las exigencias del nivel posterior y elevar el rendimiento deportivo.

Los métodos y técnicas de investigación, se sustentaron en el método materialista-dialéctico como base teoría metodológica fundamental para el razonamiento de la realidad objetiva del entrenamiento de la rapidez especial de voleibolistas escolares, en la defensa del campo.

El método teórico sistémico-estructural-funcional, se empleó para el análisis de los distintos componentes que conformaron la estructura y el funcionamiento de la metodología propuesta y ordenar de manera lógica los procedimientos.

Se utilizó el análisis de documentos en el estudio del programa de preparación integral del deportista y los planes de superación para los entrenadores que permitió recopilar información acerca del desarrollo de la rapidez especial en la defensa del campo en la categoría escolar recogida en otros documentos oficiales en Cuba, como el Programa Integral de Preparación del Deportista (1984-2011), y el posteriormente denominado programa de preparación integral del deportista (PPID 2012-2019) ciclo olímpico 17-20.

En el análisis realizado, se advirtió que en ambos documentos no se orientó metodológicamente, el trabajo dirigido a la rapidez especial como capacidad deportiva y la habilidad defender en un mismo momento, por lo que se percibió el insuficiente desarrollo de la rapidez especial en dicho elemento técnico, y la necesidad de su perfeccionamiento para obtener mejores resultados deportivos.

La encuesta a entrenadores, se realizó con el objetivo de obtener la información precisa, con respecto al desarrollo de la rapidez de especial en la defensa del campo durante la preparación física. Se aplicó una encuesta a 30 entendidos en la temática; entre ellos entrenadores municipales, de alto rendimiento y docentes de la enseñanza superior de la



especialidad de voleibol, con el objetivo de determinar el conocimiento acerca del tema, con un cuestionario de ocho preguntas.

La observación permitió constatar los niveles de dificultad en la rapidez especial en la defensa del campo, manifestada por los voleibolistas escolares en el entrenamiento y competencias deportivas de preparación y oficiales.

Criterio de experto (comparación por pares), para valorar la factibilidad de la metodología propuesta, corroborar su funcionabilidad, la pertinencia de su implementación, así como perfeccionarla y enriquecerla. Para la selección de los expertos se tuvieron en cuenta aspectos cuantitativos y cualitativos. La selección dependió de la calificación científico-técnica, la experiencia profesional de más de 10 años, la preparación, el conocimiento y la especialización, la ética profesional, imparcialidad, intuición, amplitud de enfoques e independencia de juicios (Daudinot, 2012); estuvo integrado por 30 expertos, con los siguientes requisitos:

1. Tener 10 o más años de experiencia como entrenadores y de ellos cinco años o más, en interacción directa con los entrenamientos de las categorías de la liga estudiantil, escolares, juvenil y alto rendimiento.
2. Ser profesor de voleibol.
3. Ser un profesional ético, cooperativo, analítico, crítico y reflexivo.
4. Tener alto nivel de competencia.

En el procesamiento de los datos obtenidos, se empleó el paquete estadístico SPSS versión 19.0, se utilizó la media aritmética, la proporción expresada en %, tablas de distribución de frecuencia y la prueba estadística no paramétrica, para analizar si los valores se distribuyeron de forma normal; además, se utilizó la prueba de Shapiro Wilks en las valoraciones críticas, emitidas por los especialistas.



RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A fin de cumplimentar el objetivo propuesto y poder conformar la metodología, se realizó una exploración del estado actual del desarrollo de la rapidez especial en la defensa del campo de los voleibolistas escolares masculinos categoría 13-15 años, mediante la aplicación de los métodos e instrumentos previstos, cuyos resultados principales fueron:

El análisis de documentos facilitó describir la realidad del tratamiento dado a la rapidez especial y a la defensa del campo en el voleibol; para ello se consultan los documentos que rigen y proyectan el trabajo del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación y se particularizó en los contemplados por la comisión nacional y provincial de voleibol de Santiago de Cuba, como el programa de preparación del deportista (1984-2011) posteriormente denominado PPID (2012-2024), documento rector y guía del trabajo metodológico en este deporte.

En el PPID, se orientó la preparación del voleibolista en las diferentes categorías, orientaciones relacionadas con los objetivos de su formación en la etapa de iniciación y de perfeccionamiento, por lo que constituyó una herramienta importante en manos de los entrenadores. En opinión de los investigadores, el PPID contempló los ejercicios realizados para el desarrollo de la rapidez especial y la defensa del campo de forma separada, y adoleció de orientaciones metodológicas específicas para el desarrollo de la capacidad y habilidad tratadas.

Las orientaciones metodológicas se redactaron en función de los fundamentos técnicos, pero, en su contenido no se tuvo en cuenta las dirigidas a la rapidez especial, solo las direccionadas hacia la resistencia como capacidad más general de las distancias largas en la pista. Al respecto, las relacionadas con la defensa del campo estuvieron referidas a la enseñanza de la vuelta de espalda con salida por ambos hombros (roll).

El aspecto antes mencionado constituyó una insuficiencia en el desarrollo de la rapidez especial en la defensa del campo que influyó en los resultados deportivos de la categoría



escolar, por lo que, para el perfeccionamiento de este elemento técnico fue menester el trabajo en un mismo momento de la habilidad a defender con la capacidad rapidez especial.

La aplicación de 130 observaciones directas sistemáticas a los voleibolistas escolares masculinos de la EIDE "Capitán Orestes Acosta" de la provincia de Santiago de Cuba, tuvo como objetivo observar la rapidez en los movimientos y desplazamientos en la defensa del campo en busca de un balón, que abarcó las distintas etapas de preparación, se realizó en el período comprendido entre los años 2015-2019, de ellas 100 fueron a sesiones de entrenamiento y las 30 restantes a competencias oficiales y topes, centradas en la atención en las orientaciones dadas por los entrenadores y las acciones ejecutadas por los voleibolistas escolares en la defensa del campo.

Este aspecto constituyó una insuficiencia en el desarrollo de la rapidez especial en la defensa del campo que intervino en los resultados deportivos obtenidos en la categoría escolar, por lo que para su perfeccionamiento fue menester el trabajo en un mismo momento de la habilidad defender con la capacidad rapidez especial.

Tabla 1. Resultados de las observaciones realizadas

Resultados	%
El estilo de dirección más utilizado por los entrenadores fue el de mando directo, ello limitó la participación activa de los voleibolistas en la ejecución de las acciones.	80
Los voleibolistas durante la competencia se mostraron con poca concentración de la atención, les fue difícil atender varios estímulos del medio circundante, se mostraron poco perseverantes ante determinados fracasos, lo que incidió en los resultados obtenidos durante la ejecución de la acción motriz.	75
Al defender el campo, los desplazamientos más utilizados fueron los cortos, ello propició movimientos torpes y no coordinados en los voleibolistas escolares, la posición adoptada de forma general fue alta, solo bajaron la posición cuando tuvieron el balón encima, lo que provocó que el pase II no realizó con efectividad y la construcción del contraataque no se ejecutó con calidad.	90
Poca variabilidad en los ejercicios, ello no permitió que los voleibolistas escolares pudieran defender con éxito balones atacados hacia los lados, así como delante a la izquierda o derecha, y dificultó el éxito en la defensa del campo primero y en el contraataque.	90

Se aplicó una encuesta a 30 entendidos en la temática, entre ellos entrenadores municipales, de alto rendimiento y docentes de la enseñanza superior de la especialidad de voleibol.



Tabla 2. Resultado de la encuesta a los entrenadores

	Respuesta correcta	Responden con deficiencias	No responden
1	13(43%)	11(37%)	6(20%)
2	24(80%)	6(20%)	0
3	9(30%)	15(50%)	6(20%)
4	12(40%)	11(35%)	7(25%)
5	12(40%)	11(35%)	7(25%)
6	15(50%)	9(30%)	6(20%)
7	9(30%)	15(50%)	6(20%)
8	100%	0	0

A modo de resumen, la aplicación de los diferentes instrumentos de investigación evidenció la existencia de puntos de articulación metodológica que apuntaron a la coincidencia sistémica de estos y de la información recopilada manifestada en:

- Insuficiencias en el trabajo de la capacidad rapidez especial y la habilidad defender el campo, pues se trabajó de forma independiente por los entrenadores, y no se aprovecharon las potencialidades para tratar a ambas, durante el entrenamiento deportivo.
- Utilización del Test japonés No. 1, para el desarrollo de la rapidez especial por la mayoría de los entrenadores que no contribuyó al desarrollo de las habilidades técnicas de la defensa del campo en el voleibol actual.

Con los resultados obtenidos, se ratificó la existencia del problema científico declarado, por lo que se elaboró una metodología para favorecer el desarrollo de la rapidez especial en la defensa del campo.

Metodología para el desarrollo de la rapidez especial de los voleibolistas, en la defensa del campo



La metodología tuvo como objetivo general desarrollar la rapidez especial en la defensa del campo en los voleibolistas escolares de la categoría 13-15 años, a partir del empleo de recursos teórico-metodológicos, por parte de los entrenadores, para contribuir a la mejora de los resultados deportivos.

La metodología propuesta fue integradora, tuvo carácter sistémico, contextualizada, flexible y procesal; se sustentó en fundamentos filosóficos, sociológicos, psicológicos y pedagógicos; y estuvo compuesta por dos subsistemas: el aparato teórico cognitivo y el aparato instrumental que establecieron entre ellos relaciones de coordinación y subordinación. La teoría tuvo salida en el aparato instrumental, compuesto por cuatro etapas, con relaciones de subordinación entre sus componentes.

La primera etapa fue de diagnóstico, con objetivo y acciones a desarrollar (diagnóstico y sensibilización) y procedimientos a seguir.

La segunda etapa de planificación, y organización, con objetivos generales y/o parciales del macrociclo, determinado por cada periodo y etapa y los mesociclos de entrenamiento.

La tercera etapa aplicación y reajuste, con su objetivo y acciones, a través de ejercicios de la rapidez especial como:

1er ejercicio: correr 9 m de frente y a continuación 9 m de espalda.

2do ejercicio: 10 contactos en 4.50 m.

3er ejercicio: 7 contactos en zig-zag, en zonas zagueras.

4to ejercicio: defensa en zona 5.

5to ejercicio: defensa en zona 1.

6to ejercicios: defensa en zona 6.



La cuarta etapa fue de evaluación, con objetivo y acciones a desarrollar para la evaluación integral de la rapidez especial en la defensa del campo.

En la aplicación de los ejercicios de la metodología se incluyeron varios procedimientos entre ellos la integración psicológica, el colaborativo formativo, la transferencia de movimiento, y la sistematización de la rapidez especial para defender el campo.

La integración psicológica: el entrenador, a partir de las características psicológicas de los voleibolistas escolares realizó la explicación y demostración del elemento técnico defensa del campo, y estos lo representaron, interiorizaron y ejecutaron; primero en el lugar, luego con desplazamientos cortos, medios y largos al frente, atrás y laterales, y después con caídas desde la postura media baja, para efectuar la defensa del campo con coraje.

El colaborativo formativo: en el voleibol, al ser un deporte de colaboración, el entrenador como primer procedimiento explicó la función desempeñada por la defensa del campo, la colaboración entre la primera y segunda línea de defensa, la comunicación entre los jugadores defensores, la posición adoptada para defender el balón, y en la relación con el adversario la calidad de la recepción del equipo contrario, las habilidades del colocador, y las potencialidades de los atacadores.

La transferencia de movimientos: el entrenador para lograr desarrollar la capacidad y la habilidad aplicó el primer y segundo procedimiento, y trabajó los movimientos para estimular el desarrollo de la integración rapidez especial y la habilidad defender el campo.

La sistematización de la rapidez especial para defender el campo: durante el proceso de entrenamiento, se orientó al voleibolista la realización exitosa para alcanzar un nivel adecuado del desarrollo de la capacidad rapidez especial y lograr defender el campo durante la planificación de los entrenamientos, los cuales se materializaron en la competencia.

La puesta en práctica de estos procedimientos exigió el apoyo en determinados recursos instrumentales, para evaluar el alcance de cada uno de los voleibolistas escolares en la



integración de la habilidad con la capacidad y así homogeneizar la diversidad de resultados obtenidos en el transcurso del proceso de preparación; de ahí que se determinaran los siguientes indicadores:

- Ubicación inicial adecuada.
- Rápida ubicación según zona a defender.
- Exactitud y prontitud de los desplazamientos antes de defender.
- Rapidez en la decisión de defender.
- Elección del medio técnico adecuado.
- Resultado de la acción de defensa.

Por último, para el desarrollo de la rapidez especial en la defensa del campo en los voleibolistas escolares, se utilizó el test IGHD para el control y evaluación de la rapidez especial en la defensa del campo. Se introdujo el test especial de terreno para la rapidez especial, en coordinación con los métodos de entrenamiento, con los siguientes ejercicios:

Tabla 3. Test de terreno para la rapidez especial

Test de terreno rapidez especial IGHD	Reordenamiento del test de terreno rapidez especial IGHD, para voleibolistas escolares (Salfrán 2021)
No.1: correr 9 metros de frente y a continuación 9 metros de espalda. No.2: defensa en zona 5. No.3: defensa en zona 1. No.4: defensa en zona 6. No.5: 7 contacto en zig-zag en zona saguera. No.6: 10 contacto en 4.50 m.	No.1: correr 9 metros de frente y a continuación 9 metros de espalda. No.2: 10 contactos en 4.50 m. No. 3: 7 contactos en zig-zag en zona sagueras. No.4: defensa en zona 5 No.5: defensa en zona 1. No. 6: defensa en zona 6.

Una vez aplicado el test especial de terreno, se pudieron observar los siguientes resultados, en las pruebas realizadas en los momentos inicial y final.



Tabla 4. Prueba inicial de la etapa especial

	9 m	10 contacto	Zig-zag	Defensa Posición 5	Defensa Posición 1	Defensa Posición 6
Mínimo	4,21	13,17	3,86	3,75	3,94	3,78
Máximo	4,47	15,55	5,28	4,61	4,44	4,71
Promedio	4,31	14,08	4,47	4,24	4,28	4,42
Desviación Standard	,709	,913	,333	,219	,136	,268

Tabla 5. Prueba final de la etapa especial

	9 m	10 contacto	Zig-zag	Defensa Posición 5	Defensa Posición 1	Defensa Posición 6
Mínimo	4,19	13,14	3,82	3,72	3,91	3,63
Máximo	4,44	15,52	5,24	4,57	4,41	4,68
Promedio	4,28	14,05	4,44	4,21	4,25	4,31
Desviación Standard	,0701	,9171	,3347	,2184	,1306	,3365

Resultados de la prueba inicial y final

Los voleibolistas escolares evolucionaron satisfactoriamente de una prueba a otra, por lo tanto existió una diferencia significativa entre la prueba inicial y la final efectuada, se evidenció la prueba de hipótesis planteada, se reconoció la viabilidad y factibilidad de la metodología aplicada, dado que el valor de la probabilidad fue mayor que el nivel de significación prefijado para la prueba; esto demostró el valor científico de la propuesta y por lo tanto, la efectividad de los ejercicios de la rapidez especial en la defensa del campo.

Además, se logró mejorar los resultados deportivos y clasificar para la segunda etapa de los juegos escolares a celebrarse en julio, con el tercer lugar en los juegos escolares en esta categoría.

El desarrollo integral de la rapidez especial para defender el campo, como nueva cualidad que se propuso desde la no realización de acciones independientes, sino en colaboración, ajustada a las características del voleibol actual y contextualizado desde la preparación física especial del voleibolista. Fue colaborativa porque involucró a todos los factores: el



entrenador, el capitán con su liderazgo, y el equipo en su conjunto que ejecutó las acciones de juego de manera coordinada.

Además, este desarrollo integral de la rapidez especial para defender el campo fue intencionado porque tuvo como finalidad perfeccionar la habilidad defender con desplazamientos para elevar el rendimiento deportivo, a su vez el entrenador tuvo en cuenta los aspectos psicológicos de estas edades, las acciones volitivas como la perseverancia, la toma de decisiones, voluntad y valentía; los procesos cognitivos, la percepción, la representación, el pensamiento, la memoria, la imaginación y la atención; y lo formativo, propio del proceso educativo de un adolescente en plena formación influenciado por el medio, en reconocimiento de su organismo y de los movimientos ejecutados en el momento de defender.

El desarrollo integral de la rapidez especial para defender el campo permitió seleccionar los métodos de entrenamiento, los procedimientos aportados y los medios utilizados que favorecieron el buen desempeño del voleibolista escolar en el juego. Entre las características de este proceso estuvieron:

- Ser creativos porque permitió colegiar con los entrenadores las acciones a desarrollar con relación a la rapidez especial para defender el campo.
- Ser afectivos porque estimuló en los jugadores los sentimientos de pertenencia al equipo, identidad, amor, respeto a sus compañeros y al entrenador.
- Tener carácter sistémico porque estuvieron identificados los rasgos de los subsistemas que lo conformaron, al mismo tiempo que constituyó el alfa y el omega: principio porque a través de este proceso se garantizó la formación y desarrollo paulatino y sistemático de la capacidad rapidez especial y la habilidad defender el campo; final porque en él concluyeron elementos de todos sus componentes.

Una vez elaborada e implementada la metodología, se procedió a validar su pertinencia, la solidez de las concepciones teóricas y metodológicas empleadas en el diseño, y a evaluar la factibilidad y efectividad de su aplicación en la práctica deportiva, a través del criterio de expertos.



Los expertos consultados coincidieron en reconocer el grado de solidez y conveniencia de los procedimientos planteados, pues favorecieron la preparación física especial en los voleibolistas escolares y contribuyó a perfeccionar el trabajo de los entrenadores, en aras de mejores resultados deportivos.

El 10 % consideró a la metodología bastante adecuada; el 5 %, adecuada. El 85 % apreció el alto grado de viabilidad de la propuesta metodológica, así como su utilidad para el logro de la rapidez especial en la defensa del campo y el 95 % la valoró de efectiva.

La metodología propuesta, se encaminó a superar las limitaciones para la solución de la dificultad existente en la rapidez especial, en función de la defensa del campo en el entrenamiento deportivo, de igual forma se planteó la integración de la capacidad rapidez especial y la habilidad defender, al trabajar al unísono ambos aspectos, para ello se utilizaron métodos y ejercicios adecuados; las contribuciones de otros autores no explicitaron la idea del desarrollo integrado de la capacidad rapidez especial con la habilidad defender, lo que creó las condiciones propicias para elaborar la propuesta metodológica presentada.

CONCLUSIONES

El análisis de documentos reveló el valor del desarrollo de la rapidez especial en la defensa del campo de manera integrada, sobre la base de las insuficiencias, que sustentó el ordenamiento metodológico aislado del desarrollo de la capacidad física y la habilidad deportiva en los entrenamientos.

El estado actual de la rapidez especial en la defensa del campo identificó como principales insuficiencias la no precisión de orientaciones metodológicas dirigidas a realizar ejercicios específicos para desarrollar la rapidez especial como capacidad deportiva y la habilidad defender en un mismo momento, durante el entrenamiento.

La metodología para el desarrollo de la rapidez especial de voleibolistas escolares en la defensa del campo aportó nuevos procedimientos específicos, ejercicios e indicadores para



el logro de la integración de la habilidad y la capacidad, tratada a los niveles competitivos que se aspira.

REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Cardero V, O, Martinez P,A y Tabares R, M.(2019). Metodología para el perfeccionamiento del accionar técnico táctico de los lanzadores de béisbol. Revista Podium, <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/833>

Castañeda, D,García, T R. (2020) Estudio del comportamiento de salto en atleta juveniles de voleibol en Pinar Rio.Revista Podium 15(3)<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/>

Herrera I, G., García T, R., y Ruiz Y. (2020). La fase excéntrica-concéntrica y el índice de fuerza reactiva en el salto con contra movimiento en voleibolistas. Revista Podium, 16 (2). <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1036>

Luong, D.; Cortegaza, L. (2010b). Propuesta metodológica para la utilización de la periodización de la fuerza en función de incrementar la resistencia de la potencia en el voleibol en la categoría juvenil. <http://www.efdeportes.com>

García León, L. O., & García Hernández, T. R. (2023). Análisis de la saltabilidad en atletas juveniles femeninas de voleibol. *Ciencia y Deporte*, 8(2), 256-271. <http://dx.doi.org/10.34982/2223.1773.2023>

Rodríguez Quijada, M. (2015). Voleibol: Análisis de su estructura y características para entender el juego. *EFDportes.com, Revista Digital. Buenos Aires*, 20(210). <http://www.efdeportes.com/>



Salfrán V., C. M., y Figueredo S., Y. (2020). Algunas generalidades del proceso de preparación física especial del voleibolista en categoría escolar. Arrancada, 20(36), 53-63. <http://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/306>

Salfrán, C., M., Herrera D., I. G., y Mancebo C., M. (2020). Metodología para el desarrollo de la rapidez especial en la defensa del campo en voleibolistas escolares masculino. Arrancada, 20(37), 226-236. <http://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/306>

Salfrán, C.; Figueredo, Y. (2014). La preparación física como parte del entrenamiento deportivo para las categorías escolares Educación Física y Deportes. EFDeportes.com, (191). <http://www.efdeportes.com/>

Zapata M., Ayala P., y Quintanilla X., (2021). Influencia de la capacidad física de velocidad en la potencia de salto del voleibol escolar. Revista Podium 16 (2). <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1036>

Conflictos de intereses:

Los autores declaran no tener conflictos de intereses.

Contribución de los autores:

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional.

